

Słoik do pracy nr 13 (#sloikdopracy)



Autor: **Kuchniax2**
Przepisów: **61** Ocena: **620**



1-2 os.



60 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- Składniki na słoik:
- 4 małe ziemniaczki
- 1 plaster łososia świeżego ze skórą (ok. 80-100g)
- garść warzyw: plastry cukini, papryki, kilka pomidorków koktajlowych
- Składniki na marynatę:
- 1 łyżka oleju rzepakowego
- 1 łyżka soku z cytryny
- 1 łyżka posiekanego koperku
- 1/2 łyżki posiekanej mięty
- ząbek czosnku
- sól
- pieprz

Sposób przygotowania:

- 1 Najpierw przygotowałam marynatę – mieszamy wszystkie składniki ze sobą, czosnek oczywiście siekamy drobno lub przeciskamy przez praskę. Solimy solidnie, pieprzymy do smaku i indywidualnych upodobań.

Ziemniaki obrałam i mimo, że były małe, pokroiłam je w ćwiartki, bo chciałam aby upiekły się możliwie szybko. Warzywa można zastosować naprawdę różne – ja akurat miałam pod ręką zieloną cukinię, czerwoną paprykę i żółte pomidorki koktajlowe, więc wyszła bardzo kolorowa mieszanka. Ale równie dobrze można użyć brokuła czy kabaczka.

Nieduże naczynie żaroodporne wyłożyłam folią aluminiową i na nią położyłam ziemniaki obficie smarując je przygotowaną marynatą. Folia nie jest niezbędna, nie przykrywałam ziemniaków od góry, po prostu naczynie dużo łatwiej się myje, bo wszystkie przypieczone resztki zostają na folii. Piec rozgrzałam do 200 st.C i wstawiłam ziemniaki na 20 minut.



- 2 W tym czasie łosoś i warzywa marynowały się w temperaturze pokojowej i czekały na swoją kolej. Po prostu pieką się znacznie krócej niż ziemniaki.

Po 20 minutach wyjęłam naczynie z pieca i obok ziemniaków położyłam łososa i warzywa. Polałam je pozostałą marynatą. Kolejne 12 minut w tej samej temperaturze i całe danie jest gotowe, aromatyczne i kuszące! Właściwie to pachniało tak dobrze, że chciałam je zjeść natychmiast, ale opanowałam się jakoś:)

Po ostygnięciu przełożyłam wszystko do słoika: 1) ziemniaki, 2) przekrojony na pół plaster łososa, 3) warzywa.

Słoik do lodówki, czeka na jutrzejszy lunch w pracy. Nie zapomnijcie go odgrzać przed zjedzeniem!



Twoje notatki do przepisu: